

# LASTE LIIKUMISTRENN

## “HOPSTI!”

KOLMAPÄEVITI KL 16:45-17:15

Mängime lõbusaid mänge, arendame loovust, koordinatsiooni, ja tähelepanu. Võimleme ja teeme lihasharjutusi. Õpime erinevaid lihaseid, soojendus-, lihastreeningu- ja venitusharjutusi. Räägime tervisest, tervislikust toitumisest ja liikumisharjumustest. Trenni võta kaasa sportlik riietus, vahetusjalanõud, joomiseks vett ja hea tuju 😊

Trenni tasu 3€/kord, tasumisega 25-ndaks kuupäevaks (vaid osaletud tundide eest).

Lisainfo ja registreerumine:

Kadi Truuleht / Tel. 52 06 600 / ktruuleht@hotmail.com

